



GUIA DE DISPENSACIÓ RESPONSABLE DE BEGUES ALCOHÒLIQUES

Ajuntament de
Barcelona



1. INTRODUCCIÓ

2. INFORMACIÓ BÀSICA SOBRE L'ALCOHOL

3. QUÈ DIU LA LLEI SOBRE LA DISPENSACIÓ D'ALCOHOL?

4. QUINS OBJECTIUS TÉ LA DISPENSACIÓ RESPONSABLE D'ALCOHOL?

5. QUINS BENEFICIS TÉ LA DISPENSACIÓ RESPONSABLE D'ALCOHOL?

6. RECOMANACIONS PRÀCTIQUES

6.1. Menors d'edat

6.2. Persones en estat d'embriaguesa

6.3. Què cal fer si una persona està intoxicada o es troba malament?

6.4. Situacions de violència

7. INFORMACIÓ PER ALS DISPENSADORS

8. TELÈFONS DE CONTACTE

BIBLIOGRAFIA I INFORMACIÓ ADDICIONAL

CRÈDITS

ANNEX. Punts bàsics de la feina a la barra (cartell)

1. INTRODUCCIÓ

Com és sabut, l'alcohol és una de les drogues socialment més acceptades. Se'n ven en màquines expenedores, en locals i establiments amb llicència per a vendre'n, i en esdeveniments i celebracions populars. Per això, el Districte de Sarrià - Sant Gervasi ha editat la Guia de dispensació responsable de begudes alcohòliques, una eina dirigida a totes les persones que treballen en l'àmbit de la venda i dispensació d'alcohol, o que organitzen actes i trobades en què se'n serveix.

L'objectiu de la guia és oferir eines, pautes, protocols i estratègies per a evitar els problemes socials i de salut que es deriven del consum de begudes alcohòliques.

La guia s'emmarca en les actuacions que el Districte està posant en marxa a partir de l'aprovació de la mesura de govern "Pla de mesures preventives a les addiccions entre joves i adolescents", desenvolupat per la Direcció de Serveis a les Persones i al Territori.

Aquest pla té tres objectius:

- Prevenir el consum d'alcohol i altres drogues, i implicar-hi les persones responsables de les festes i esdeveniments populars.
- Reforçar les disposicions legals sobre la prohibició de vendre alcohol a menors i implicar-hi les botigues i els establiments de venda d'alcohol.
- Prevenir el consum intensiu d'alcohol entre la població adolescent i jove.

2. INFORMACIÓ BÀSICA SOBRE L'ALCOHOL

L'alcohol és una substància psicoactiva que des de la primera copa afecta el cervell i les habilitats físiques i mentals bàsiques. Els primers efectes es noten al cap de pocs minuts d'haver-ne ingerit i té l'efecte màxim al cap d'una hora. Al principi provoca una sensació d'estimulació, tot i que el que fa és deprimir el sistema nerviós central. Com més se'n consumeix i de manera més intensiva (molt alcohol en poca estona), més possibilitats hi ha que apareguin problemes.

EFFECTES

- L'alcohol és una droga depressora del sistema nerviós central. A dosis altes, alenteix les funcions vitals.
- Amb les primeres copes: eufòria, desinhibició, canvis d'humor, impulsivitat.
- Com més se'n beu: falta de coordinació, menys reflexos, somnolència, malestar físic, manca de concentració.
- La intoxicació greu pot desembocar en un coma etílic i en la mort.

CONSUM

- En espais públics i en espais privats.
- És una de les drogues més acceptades socialment i, a més, és legal.
- És una de les drogues més consumides en tots els ambients.
- La manera com es beu, la velocitat, la freqüència i el temps durant el qual es beu condicionen els riscos que comporta l'alcohol.

RISCOS

- Alteració de les emocions.
- Accidents de trànsit.
- Relacions sexuals poc segures.
- Violència, sobretot entre persones que hi tenen predisposició i en grup.
- Alteració del nivell de consciència.
- Descoordinació motora.
- Confusió, desorientació.
- Inconsciència.
- Coma etílic, dificultats cardíaques i respiratòries.
- Risc de mort.

RISCOS DEL CONSUM INTENSIU (beure ràpid i en poc temps)

- Pèrdua de coneixement.
- Lesions no intencionades.
- Comportament agressiu i violència.
- Violència masclista.
- Sexe sense protecció.
- Conducció de vehicles sota els efectes de l'alcohol.

CONSUM DE RISC

La manera com l'alcohol afecta una persona depèn de moltes variables: la graduació de la beguda, el pes, el sexe, l'edat, etc. Per a mesurar el contingut d'alcohol de les begudes, es fa servir el sistema internacional:

1 unitat de beguda UBE = 10 grams d'alcohol pur

Una copa de vi
Una copa
de cava
Una cervesa
Un cigaló
Un xarrup



Una copa
de conyac
Una copa de licor
Un whisky
Un combinat

I d'aquí es desprenen els límits que cadascú hauria de tenir en ment quan pren alcohol:

	Màxim d'UBE al dia	Màxim d'UBE a la setmana	Màxim d'UBE en una sola ocasió
Homes	4	28	6
Dones	2	17	5

MISSATGES PER A LES PERSONES QUE SURTEN DE FESTA

SI BEUS ALCOHOL, recorda:

- Acompanya el beure amb menjar, ja que així l'alcohol no s'absorbeix tan de pressa.
- Compta les begudes que et prens. Si no te'n recordes, vol dir que t'has passat.
- Intercala l'alcohol amb aigua, refrescos, còctels sense alcohol...

SI NO BEUS ALCOHOL:

- No consumir alcohol és l'opció més saludable. Fes-te respectar.

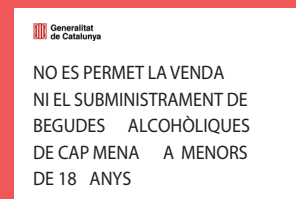
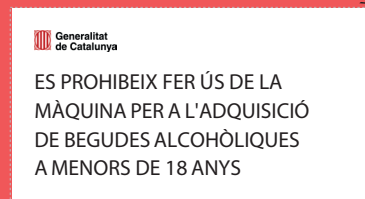
3. QUÈ DIU LA LLEI SOBRE LA DISPENSACIÓ D'ALCOHOL?

Una de les responsabilitats de les persones que treballen en la dispensació de begudes alcohòliques és informar-se de totes les lleis i ordenances que regulen aquesta activitat. Alguns elements que estableix la Llei 20/1985 són els següents:

- No es poden vendre ni consumir begudes alcohòliques en locals o centres per a infants i joves, incloent-hi els d'atenció social, ni tampoc a la via pública i la resta de llocs de concurrència pública, quan ho estableixin les ordenances municipals per raons de seguretat pública, tret dels llocs on sigui degudament autoritzat. Tampoc no se'n pot vendre ni consumir a les àrees de servei i de descans de les autopistes i les benzineres, de les dotze de la nit a les vuit del matí.
- No es pot vendre ni subministrar cap mena de beguda alcohòlica als menors de divuit anys.
- Els establiments de venda i de consum de begudes alcohòliques han de senyalitzar la prohibició de vendre o subministrar begudes alcohòliques a les persones menors d'edat en un lloc perfectament visible, segons determina el reglament.
- No es poden vendre ni consumir begudes alcohòliques de més de vint graus centesimals en centres esportius públics, ni a les àrees de servei i de descans de les autopistes.
- Està prohibit promoure begudes alcohòliques mitjançant concursos o consum incontrolat, així com els establiments on s'organitzin aquestes activitats.
- No es pot enviar ni distribuir a menors d'edat prospectes, cartells, invitacions i objectes de cap mena en què apareguin begudes alcohòliques, les marques o les empreses productores d'aquestes o els establiments en què se'n ven i se'n consumeix.

- L'expedició de begudes alcohòliques mitjançant màquines automàtiques s'ha de fer només en llocs tancats i a la part frontal d'aquestes ha de constar la prohibició que tenen els menors d'edat de consumir begudes alcohòliques. Les persones responsables de l'establiment han de controlar que no hi tenen accés les persones menors d'edat.
- En establiments, locals i altres espais autoritzats per a subministrar i consumir begudes alcohòliques està prohibit fer promocions de «barra lliure», «2 x 1», «3 x 1», o altres de semblants, que incitin al consum abusiu o il·limitat.
- La venda o subministrament de begudes a menors és una infracció qualificada com a greu i la quantitat de les multes oscil·la entre 3.005,07 euros i 15.025,30 euros.

Tots els locals públics que venguin o serveixin alcohol han de mostrar de manera visible els cartells informatius següents, segons sigui el cas:



Us els podeu descarregar a:

http://salutweb.gencat.cat/web/.content/_ambits-actuacio/Per-perfils/Empreses-i-establiments/ambit-alimentari/restauracio/retol_alcohol.pdf



4. QUINS OBJECTIUS TÉ LA DISPENSACIÓ RESPONSABLE D'ALCOHOL?

- No vendre begudes alcohòliques ni a menors ni a persones que ja estan embriagades.
- Minimitzar les conductes de risc (conduir sota els efectes de l'alcohol, tenir sexe sense prevenció, situacions de violència...).
- Reduir els problemes greus derivats del consum d'alcohol: dificultat per a gestionar les persones èbries, brutícia, desordre, agressions, danys materials, vandalisme, violència, perill en la tornada a casa de les persones que han begut massa, accidents de trànsit, intoxicació greu, coma etílic...
- Evitar que les persones que han begut alcohol condueixin.
- Prevenir i controlar els episodis de violència.

5. QUINS BENEFICIS TÉ LA DISPENSACIÓ RESPONSABLE D'ALCOHOL?

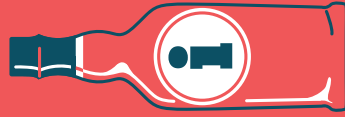
- L'ambient és més positiu i saludable.
- Millora la qualitat del servei i, també, la seguretat i l'ambient del local, cosa que reverteix de manera positiva en el negoci i beneficia tant la clientela com la gent de darrere la barra.
- El bon ambient no es trenca, de manera que la reputació del local és bona i, així, s'atreu més clientela.
- S'eviten problemes sanitaris i socials greus, així com els danys materials que sol provocar el consum irresponsable d'alcohol.
- S'eviten problemes legals o que algú faci una denúncia.
- No es perden diners darrere la barra.

Aquest cartell és extraïble.

Us recomanem que el pengeu en un lloc visible i que estigui a disposició de les persones que treballen a la barra.

PUNTS BÀSICS DE LA FEINA A LA BARRA

GUIA DE
DISPENSACIÓ
RESPONSABLE
DE BEGUES ALCOHÒLIQUES



Redacteu unes
«normes de la
casa» o «regles
d'or».



Pengeu les
normes de la casa
en un lloc visible:
no es ven alcohol
a menors
de 18 anys,
els horaris,
les prohibicions...



Estigueu al cent
per cent per si heu
d'ajudar algú.



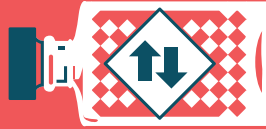
Negueu-vos
a servir alcohol a
persones menors
o a persones
amb símptomes
d'embriaguesa
o d'intoxicació.



Trebal·leu en
equip i comenteu
els dubtes amb
la persona
responsable
de la barra.



Informe'u sobre
els punts on es
pot aconseguir
aigua gratuïta
i on venen menjar.



Informe sobre
els transports
públics
disponibles i
pengeu-ne els
horaris en un lloc
visible, així com
els telèfons dels
serveis de taxi.



Seguiu les
mesures
estàndard: 1 part
d'alcohol destil·lat
com a màxim per
cada 5 parts de
beguda sense
alcohol.



Oferiu i regaleu
aigua a les
persones que
en necessiten.



No feu
promocions
de begudes
alcohòliques
ni en regaleu.



L'última hora
abans de tancar
no serviu alcohol.



Abaixeu el preu
de les begudes
sense alcohol.

**Districte de
Sarrià - Sant Gervasi**

**Ajuntament de
Barcelona**



6. RECOMANACIONS PRÀCTIQUES

Les persones que treballen en locals on se serveixen begudes alcohòliques han d'aprendre a reconèixer els senyals d'embriaguesa i d'intoxicació, a saber què han de fer en el cas que una persona menor demani una beguda alcohòlica o com han de procedir si algú mostra senyals clars d'intoxicació o si detecten que es pot generar algun conflicte o alguna situació de violència.

6.1. Menors d'edat

Negueu-vos de manera rotunda a servir alcohol a persones menors. Legalment, està prohibit vendre'ls begudes alcohòliques perquè no saben encara com gestionar-ne el consum i perquè l'alcohol els afecta més que les persones adultes, ja que el seu cos està en fase de creixement i maduració. Vendre alcohol a menors comporta problemes legals.

A més, les persones adolescents solen beure sense prudència i sense moderació. I ho solen fer en espais públics, cosa que provoca altres problemes socials i de convivència: soroll, brutícia...

- Per comprovar si són menors, demaneu el DNI i si no us el volen ensenyar, digueu que no els podeu servir alcohol. Si teniu dubtes, sempre demaneu una identificació.
- Negueu-vos a servir alcohol a menors.
- Quan s'apropen a la barra, proposeu-los una beguda sense alcohol.
- Si sospiteu que una persona adulta compra begudes amb alcohol per a una persona menor, indiqueu-li que no està permès servir alcohol a menors.
- Si arriba una persona menor a la barra amb senyals d'intoxicació, ofereix-li begudes sense alcohol. Si l'acompanyen amigues i amics, digueu-los que no la deixin sola i que l'acompanyin a casa. I si la intoxicació és greu, truqueu a l'ambulància i a la seva família.

6.2. Persones en estat d'embriaguesa

No s'han de servir copes si la persona que les demana mostra signes clars d'embriaguesa o quan puguin suposar un risc per a la seva salut o per al desenvolupament correcte de la festa.

Primer de tot, cal reconèixer les conductes de risc:

- Una persona que està sola i que va demanant begudes d'alta graduació cada poc temps.
- Un grup de persones que van fent rondes.
- Persones joves que fan evident que l'alcohol és el centre del seu moment d'oci.
- Una persona que fa molta estona que beu o bé que entra al local amb senyals clars d'intoxicació.

I, també, els símptomes que se'n deriven:

- La persona es mostra desinhibida, parla molt, riu, crida. Parla massa de pressa o massa a poc a poc, arrossegant les paraules.
- Mostra excitació, li costa parlar, mostra certa agressivitat, beu de pressa.
- Canvis d'humor.
- Pateix descoordinació, li cau el vas a terra, es perd amb el canvi, tentineja.
- Té els ulls vermells, sua.
- Deixa d'estar alerta.

Des de darrere la barra podeu afrontar aquesta situació seguint aquests consells:

- Parleu-hi de manera directa i propera, però amb la màxima privadesa.
- Comenteu-li que sentiu preocupació per la seva seguretat i la seva salut.
- No perdeu la calma i no caiguen en provocacions.
- Mostreu-li respecte amb el vocabulari que feu servir.
- Eviteu el contacte físic.
- Si li continueu servint copes, reduïu-ne la quantitat d'alcohol, oferiu-li begudes sense alcohol, regaleu-li aigua o menjar, o digueu-li on en pot aconseguir.
- Si decidiu de no servir-li més alcohol, no proveu de debatre o negociar, mostreu fermesa pel que fa a la decisió de no servir-li cap més copa.
- Mostreu empatia amb el que us explica.
- Digueu-li que avui no li servireu més copes, però que un altre dia no tindreu cap problema a servir-li'n més.
- Mireu si va amb amigues i amics, perquè hi parlin.
- Prepareu-vos per si en algun moment heu de demanar que vingui la persona encarregada del local, o per si heu de trucar a la policia.
- Expliqueu la situació a la resta de la plantilla.

6.3. Què cal fer si una persona està intoxicada o es troba malament?

Si una persona es troba malament com a conseqüència del consum d'alcohol, no perdeu la calma i comproveu si està conscient.

- Si està conscient, assegureu-vos que no s'adorm.
- Si està inconscient, evacueu el local, truqueu al 112 o aviseu l'ambulància més propera, i col·loqueu la persona en posició lateral de seguretat (estirada a terra, girada cap a un costat). Tapeu-la, perquè l'alcohol produeix hipotèrmia (pèrdua de temperatura corporal), i assegureu-vos que en cap moment no es queda sola.

Com a conseqüència del consum d'alcohol i altres substàncies, us podeu trobar persones que pateixen una lipotímia, un cop de calor o un coma. En aquests casos, heu d'avisar de seguida els serveis mèdics.

LIPOTÍMIA

CAUSES

- Emocions intenses.
- Calor excessiva.
- Exercici excessiu.

SÍMPTOMES

- Marejos.
- Les cames flauegen.
- Sensacions auditives i visuals.
- Pell pàl·lida, freda i suada.

ACTUACIÓ

- Col·loqueu la persona de panxa enlaire en un lloc fresc.
- Aixequiu-li les cames.
- Afluixeu-li la roba.
- Eviteu aglomeracions.

COP DE CALOR

CAUSES

- Pujada sobtada de la temperatura corporal.

SÍMPTOMES

- Pell calenta, seca i vermella.
- Alteracions de la consciència.
- Pols ràpid i dèbil.
- Respiració ràpida i superficial.
- Convulsions.

ACTUACIÓ

- Porteu la persona a un lloc fresc.
- Refresqueu-li el cos amb draps humits.

COMA

CAUSES

- Traumatisme.
- Trastorn neurològic.
- Intoxicació etílica.

SÍMPTOMES

- La persona no respon als estímuls.
- Manté el pols i la respiració.

- No respira o no té pols.

ACTUACIÓ

- Col·loqueu la persona en posició lateral de seguretat:
 - Col·loqueu-li la mà esquerra darrere el cap.
 - Doblegueu-li el genoll dret.
 - Col·loqueu-li la mà dreta al genoll dret.
 - Col·loqueu-vos a l'esquerra de la persona.
 - Gireu-la agafant-li el genoll i l'espatlla.
 - Afluixeu-li la roba.
 - Mantingueu la via aèria oberta.
 - Tapeu-la per evitar la hipotèrmia.

ACTUACIÓ

- Truqueu al 112.
- Reanimació:
 - Obriu-li la via aèria i comproveu com està.
 - Feu-li 30 compressions de 18 segons (a un ritme de dues per segon).
 - Feu-li dues insuflacions.
 - Repetiu l'acció entre 4 i 6 vegades, i torneu a avaluar-ne l'estat.
- Continueu fent reanimació fins que arribin els serveis mèdics.

6.4. Situacions de violència

Els episodis de violència poden aparèixer en qualsevol moment si hi ha una ingesta d'alcohol intensiva i excessiva, i també entre certa classe de persones que hi tenen tendència. Per això, les persones professionals que treballen en la dispensació de begudes alcohòliques han d'estar ben preparades per a gestionar aquests casos.

Si no disposeu de personal de seguretat que se'n pugui fer càrrec, tingueu en compte que és essencial que treballeu perquè no aparegui la violència, feu prevenció: identifiqueu les persones potencialment violentes o les situacions que poden desembocar en violència, observeu la clientela i gestioneu les situacions que vegeu que poden conduir a una situació violenta.

Sigueu com sigueu, si es genera un cas de violència:

- No perdeu la calma i no caiguen en provocacions.
- Parleu de manera correcta, sense faltar al respecte.
- Eviteu actituds de prepotència.
- Si la tensió escala, reorienteu la conversa.
- Demaneu ajuda a les altres persones que treballen al local.

Eviteu les actituds següents:

- Apatia, menyspreu, prepotència, impaciència.
- Amenaces, coaccions, insults.
- Menysvalorar la situació per la qual passa la persona intoxicada que genera violència.
- Donar informació errònia o que no s'ajusta a la realitat.

I eviteu aquests senyals no verbals:

- Un llenguatge corporal que s'interpreti com a hostil.
- El contacte físic o una proximitat excessiva.
- El contacte amb la mirada de manera perllongada.
- Els moviments ràpids.
- Col·locar-se d'esquena.

Si el cas de violència avança i no ho podeu aturar, mantingueu la calma i mireu de protegir la integritat física de les persones que hi ha al local, tant de la clientela com de la plantilla, i també de la persona que genera el conflicte. Retireu tots els objectes que es puguin fer servir per a agredir i si veieu que la situació es descontrola, truqueu al 112.

7. INFORMACIÓ PER ALS DISPENSADORS

Les persones que trebal·leu darrere la barra heu d'estar sempre al cent per cent. Per això es recomana que no begueu alcohol ni prengueu cap altra substància que afecti la consciència.

I recordeu:

- Si trebal·leu, no esteu de festa.
- Descanseu bé.
- Mengeu bé.
- No begueu alcohol si trebal·leu, però si ho feu, feu-ho amb moderació, ja que l'alcohol us pot afectar de manera negativa en la relació tant amb la clientela com amb la gent que està treballant amb vosaltres.
- No us impliqueu en conflictes.
- Si heu begut alcohol, no conduïu.

8. TELÈFONS DE CONTACTE



MOSSOS D'ESQUADRA,
BOMBERS, POLICIA,
SEM, PROTECCIÓ CIVIL

112



TRANSPORT PÚBLIC

NITBUS

<https://www.ambmobilitat.cat/Principales/BusquedaNitBus.aspx>

METRO

<https://www.tmb.cat/ca/barcelona/metro/linies>

BUS

<https://www.tmb.cat/ca/transport-barcelona/mapa/bus>

TAXI · 931 28 09 89

<http://taxi.amb.cat/s/radio-emissores1.html>



CAT SALUT

061



TELÈFON DE
LA PERSONA
RESPONSABLE DEL
LOCAL:

BIBLIOGRAFIA I INFORMACIÓ ADDICIONAL

Agència de Salut Pública de Catalunya
<http://salutpublica.gencat.cat/ca/inici/>

Canal Salut
<http://canalsalut.gencat.cat/ca/inici/>

Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya
<http://salutweb.gencat.cat/ca/inici/>

Drogas y Género
<https://www.drogasgenero.info>

Educació per a l'Acció Crítica
<https://edpac.cat>

Energy Control
<https://energycontrol.org>

Enquestes sobre consum: ESTUDES i EDADES
<http://drogues.gencat.cat/ca/professionals/epidemiologia/estudes/>

Línia Verda
http://drogues.gencat.cat/ca/ciutadania/busqueu_ajuda/linia-verda/

Observatori Europeu sobre Drogues i Addicions
<http://www.emcdda.europa.eu>

Pla Nacional sobre Drogues
<http://www.pnsd.mscbs.gob.es>

Servei d'Orientació sobre Drogues de l'Ajuntament de Barcelona
https://www.barcelona.cat/es/detall/servei-d-orientacio-sobre-drogues_99400207331.html

INFORMACIÓ PER A JOVES

Blog La Clara: <http://laclara.info/blog/> · **Blog El Pep:** <http://www.elpep.info>

INFORMACIÓ SOBRE EL CONSUM PERSONAL DE JOVES I ADULTS

Aquesta pàgina permet calcular, de manera anònima, el consum d'alcohol de cadascú (només per a persones majors de setze anys).

http://drogues.gencat.cat/ca/ciudadania/menys_es_millor/calculadora-de-consum-dalcohol/

ORIENTACIÓ I ATENCIÓ PER A ADOLESCENTS I LES SEVES FAMÍLIES

Eines i pautes per a mares, pares i persones tutores d'adolescents.

Canal Drogues: <http://drogues.gencat.cat>

Assessorament a famílies amb conflictes o preocupacions sobre el consum dels seus fills i filles.

Agència de Salut Pública de Barcelona: <https://www.aspb.cat>



**Districte de
Sarrià - Sant Gervasi**